



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

EINLADUNG

FIT DURCH DEN TAG

Gesunde Ernährung
leicht gemacht!

**BENDORF
MÄRZ / APRIL
2020**



SeventyFour / istockphoto.com

FIT DURCH DEN TAG

Gesunde Ernährung leicht gemacht!

Gemeinsam kochen macht Ihnen Spaß?

Dann nutzen Sie die Möglichkeit und bereiten Sie gemeinsam mit einer Ernährungsberaterin leckere Gerichte zu, die sich ganz einfach und kostengünstig daheim nachmachen lassen. Ihre Fragen zum Thema Ernährung werden ebenfalls beantwortet.

Alle Termine können unabhängig voneinander ohne vorherige Anmeldung besucht werden.

DONNERSTAG, 12. MÄRZ 2020

Genussvoll frühstücken

DONNERSTAG, 19. MÄRZ 2020

Genuss ohne schlechtes Gewissen

DONNERSTAG, 26. MÄRZ 2020

Einfach, gut und günstig kochen

DONNERSTAG, 2. APRIL 2020

Eat and talk

UHRZEIT: jeweils 10.00–12.00 Uhr

ORT:

Pfarrheim

Abteistraße 132

56170 Bendorf-Sayn

Alle Angebote sind für Sie freiwillig und kostenfrei!

**jobcenter**
Lindlar/Mayen-Koblenz

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

**Spitzenverband**

**AOK**
18. Gesundheitsversicherung

**BKK**
Dachverband

**IKK**

**SVLFG**
Verein der Krankenkassen

**KNAPPSCHAFT**
Für mehr Gesundheit!

**vdek**
Die Einzelkassen